

Рязанская область Сасовский район  
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Демушкинская школа»

Согласовано: зам. директора по УВР <u>Гурьянова</u> «30» августа 2019г.	Утверждаю: директор МКОУ «Демушкинская СШ» <u>Подосинникова</u> приказ № <u>30</u> от 30.08.2019г.
--	---



**Программа**

**по спортивно-оздоровительному направлению:**

**« Мир подвижных игр»**

**для учащихся 1-го, 2-го , 3-го и 4-го классов**

**разработанная на основе авторской программы:**

**В.И. Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений»,  
на 2019-2020 учебный год,**

Учитель **Игнатова Елена Николаевна** первой квалификационной категории

**Количество часов в неделю 1 за год 34**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста. В 1, 2, 3 и 4 классах ведётся по 1 часу в неделю, всего по 34 часа в каждом классе.**

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем школьникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

### **Игра как средство воспитания.**

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

### **Игра в жизни ребёнка.**

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью. с свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

### **Оздоровительное значение подвижных игр.**

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

**Цель программы:** сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

### **Задачи:**

- сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;
- выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и подвижных играх;

- учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

При проведении занятий можно выделить два **направления**:

**оздоровительная направленность**, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;

**повышение двигательной подготовленности учащихся**, отвечающей требованиям учебной программы.

«Подвижные игры» — это **еженедельные занятия физическими упражнениями**, которые проводятся во внеурочное время. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности школьников.

**Ожидаемый результат:**

- у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

**Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ** (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

**Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь** (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

**Подвижные игры.**

«Пустое место», «Гусь и утки», «Вызов», «Зайцы, сторож и Жучка», «Хвостики», «Воздух-земля», «Игра белок», «Разведчики» и др.

**Требования к знаниям, умениям, навыкам учащихся начальных классов:**

**Иметь представление** о двигательном режиме;

о влиянии движения на здоровье.

**Знать:**

- причины нарушения осанки, появления нарушения зрения, плоскостопия;
- правила и уметь организовать подвижные игры (3-4 кл);
- не менее двух комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

**Уметь:**

- оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать её;

-выполнять правила игры.

**Демонстрировать** позитивное отношение к участникам игры.

### **Планируемые результаты**

#### **Личностные УУД:**

- мотивационная основа на занятия лёгкой атлетикой; лыжными гонками, занятиями на свежем воздухе;

-учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики, лыжной подготовкой.

#### **РегулятивныеУУД:**

- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости);

- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;

-оценивать правильность выполнения двигательных действий при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту; при перемещении на лыжах.

- комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;

- адекватно воспринимать оценку учителя;

-оценивать правильность выполнения двигательных действий.

#### **Познавательные УУД:**

- осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;

- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; заданий по лыжам;

- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без.

#### **КоммуникативныеУУД:**

- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;

- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений;

-активно включаться в процесс выполнения заданий по лыжной подготовке.

1 класс.

### **Тематическое планирование**

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Бессюжетные игры.	2 ч.
2.	Игры-забавы.	2 ч.
3.	Народные игры.	2 ч.
4.	Подвижные игры на свежем воздухе.	8ч.
5.	Подвижные игры на основе баскетбола.	6 ч.
6.	Подвижные игры на основе волейбола.	6 ч.
7.	Подвижные игры на основе футбола.	3 ч.
8.	Подвижные игры на материале лёгкой атлетики.	3 ч.
	Всего	32 ч.

**Календарно – тематическое планирование.**

№ п/п	№ в теме	Тема	Кол-во часов	Дата	Примечания
<b>Бессюжетные игры. (2 часов)</b>					
1.	1.	«Вороны и воробьи»	1		
	2.	«Ловишки-перебежки»			
	3.	«Паровозик»			
	4.	«Белые медведи»			
2	5.	«На одной ноге»	1		
	6.	«Петушиный бой»			
	7.	«Веселый бег»			
	8.	«Попади в след»			
<b>Игры-забавы. (2 часа)</b>					
3	1.	«Мы – весёлые ребята»	1		
	2.	«Охота на тигра»			
	3.	«Донести рыбку»			
	4.	«Черепаша-путешественница»			
4	5.	«Собери орехи»	1		
	6.	«Повяжу я шелковый платочек»			
<b>Народные игры. (2 часа)</b>					
5	1.	«Дракон кусает хвост»	1		
	2.	Русская народная игра «Краски»			
6	3.	Таджикская народная игра «Нахчирбози» («Горный козел»)	1		
	4	Украинская народная игра «Хлибчик» («Хлебец»)			
<b>Подвижные игры на свежем воздухе. (8 часов)</b>					
7	1.	«Увернись от мяча»	1		
8	2.	«Сильный бросок»	1		
9	3.	«Космонавты»	1		
10	4.	«Второй лишний»	1		
11	5.	«Два Мороза»	1		
12	6.	«Большой мяч»	1		
13	7.	«Шлепанки»	1		
14	8.	«Прятки»	1		
<b>Подвижные игры на основе баскетбола. (6 часов)</b>					
17.	1.	«Маленький – большой»	1		
18.	2	«Передай мяч другому»	1		
19.	3	«Не задень»	1		
20.	4	«Мяч водящему»	1		
21.	5	«Защита»	1		
22.	6	«Посадка картофеля»	1		
<b>Подвижные игры на основе волейбола. (6 часов)</b>					
23.	1.	«Быстрый мяч»	1		
24.	2.	«Самый ловкий»	1		
25.	3.	«Передай мяч другому»	1		
26.	4.	«Вперёд – назад»	1		
27.	5.	«Кто быстрее?»	1		
28	6	«Меткий стрелок»	1		
<b>Подвижные игры на основе футбола. (3 часов)</b>					
29	1.	«Быстрый мяч»	1		

30	2	«Меткий удар»	1		
31	3	«Передай другому»	1		
<b>Подвижные игры на материале лёгкой атлетики. (3 часов)</b>					
32	1.	«Перепрыгни и не задень»	1		
33.	2.	«С кочки на кочку»	1		
34.	3.	«Ловишки»	1		

**2 класс.**

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Бессюжетные игры.	2 ч.
2.	Игры-забавы.	2 ч.
3.	Народные игры.	4 ч.
4.	Подвижные игры на свежем воздухе.	10ч.
5.	Подвижные игры на основе баскетбола.	6 ч.
6.	Подвижные игры на основе волейбола.	6 ч.
7.	Подвижные игры на материале лёгкой атлетики.	4 ч.
	Всего	34 ч.

### Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Цели занятия	Календарные сроки	Фактические сроки	Примечание
1	Мир движений. "Пустое место", "Белые медведи".	1	формирование знаний о мире движений, их роли в сохранении здоровья	02.09-06.09		
2	Мир движений. «Поезд», "Переправа".	1	формирование правильной осанки и развитие навыков бега	09.09-13.09		
3	Учись быстроте и ловкости. "Пятнашки маршем", "Космонавты".	1	развитие ловкости; воспитание чувства ритма	16.09-20.09		
4	Сила нужна каждому. "Прыжки по полоскам", "Удочка".	1	развитие силы и ловкости	23.09-27.09		
5	Ловкий. Гибкий. "Волк во рву", "Скакуны".	1	развитие гибкости и ловкости	30. 09-04.10		

6	Весёлая скакалка. "Прыжки челноком".	1	развитие ловкости и внимания	14.10-18.10		
7	Сила нужна каждому. «Очистить свой сад от камней»	1	развитие выносливости и силы	21.10-25.10		
8	Развитие быстроты. "Бездомный заяц", "Гусь и утка".	1	развитие быстроты	28.10-01.11		
9	Кто быстрее? "Беги за мной", "Заяц, сторож и Жучка".	1	развитие скоростных качеств, выносливости	04.11-08.11		
10	Меткий, точный. "Погоня", "Охотник и лисы".	1	развитие быстроты, дальности и точности метания мяча	11.11-15.11		
11	Выбираем бег. "День и ночь", "Пастух и овцы".	1	развитие силы и ловкости	25.11-29.11		
12	Выбираем бег. "День и ночь", "Пастух и овцы".	1	развитие скоростных качеств, ловкости	02.12-06.12		
13	Метко в цель. "Охотники и зайцы".	1	развитие меткости и координации движений	09.12-13.12		
14	Путешествие по островам. "Вызов по имени".	1	развитие меткости и координации движений	16.12-20.12		
15	Развиваем точность движений. "Гонка мяча по кругу". "Подвижная цель".	1	развитие координации движений	23.12-27.12		
16	Развиваем точность движений. «"Гонка мяча по кругу". Подвижная цель».	1	развитие глазомера и точности движений	06.01-10.01		
17	Горка зовёт. «Быстрый спуск».	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости	13.01-17.01		
18	Зимнее солнышко. "Самый ловкий".	1	развитие выносливости и ловкости	20.01-24.01		

19	Штурм высоты. «Штурм крепости».	1	развитие выносливости и ловкости	27.01-31.01		
20	Меткий стрелок. "Биатлон".	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости	03.02-07.02		
21	Игры на снегу.« Зимние гонки».	1	развитие выносливости и скоростных качеств	10.02-14.02		
22	Прощай, зима. « Зимние гонки», «Быстрый спуск».	1	развитие ловкости и быстроты	24.02-28.02		
23	Развитие скоростных качеств. "Третий лишний", "Вызов".	1	развитие выносливости, быстроты и реакции	03.03-07.03		
24	Развитие скоростных качеств. "Третий лишний", "Вызов".	1	развитие выносливости, быстроты и реакции	10.03-14.03		
25	Развитие реакции. "Овладей мячом", "Охотники и утки".	1	развитие быстроты, скорости, реакции	17.03-21.03		
26	Держи, лови, бросай. "Быстро и точно", "Мяч среднему".	1	развитие быстроты, ловкости, выносливости	24.03-28.03		
27	Держи, лови, бросай. "Быстро и точно", "Мяч среднему".	1	развитие быстроты, ловкости, выносливости	31.03-04.04		
28	Мир движений и здоровья. "Ящерица". "Защита укрепления".	1	развитие скоростных качеств , ловкости	14.04-18.04		
29	Развиваем точность движений. "Защищай товарища", "Гонка мячей по кругу".	1	развитие глазомера и точности движений	21.04-25.04		
30	Развиваем точность движений. "Защищай товарища", "Гонка мячей по кругу".	1	развитие глазомера и точности движений	28.04-02.05		

31	Развиваем точность движений. "Обгони мяч", "Выбивалки".	1	развитие координации движений	05.05-09.05		
32	Точный, быстрый, ловкий. "Борьба за мяч", "Перестрелка".	1	развитие глазомера и точности движений	12.05-16.05		
33	Точный, быстрый, ловкий. "Борьба за мяч", "Перестрелка".	1	развитие глазомера и точности движений	19.05-23.05		
34	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными. "День и ночь", "Рыбаки и рыбки".	1	развитие ловкости и быстроты	26.05-30.05		

### 3 класс

#### Тематическое планирование 3 класс.

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Игры-забавы.	6 ч.
2.	Народные игры.	6 ч.
3.	Подвижные игры на свежем воздухе.	10 ч.
4.	Подвижные игры на основе баскетбола.	4 ч.
5.	Подвижные игры на основе волейбола.	4 ч.
6.	Подвижные игры на материале лёгкой атлетики.	4 ч.
	Всего	34 ч.

#### Календарно - тематическое планирование .

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Цели занятия	Календарные сроки	Фактические сроки	Примечание
1	Мир движений. "День и ночь", "Нитка и иголка".	1	формирование знаний о мире движений, их роли в сохранении здоровья	02.09-06.09		
2	Мир движений. «Поезд», "Переправа", эстафеты.	1	формирование правильной осанки и развитие навыков бега	09.09-13.09		
3	Учись быстроте и ловкости. "Пятнашки», "Космонавты".	1	развитие ловкости; воспитание чувства ритма	16.09-20.09		

4	Сила нужна каждому. "Прыжки по полоскам", "Бой петухов".	1	развитие силы и ловкости	23.09-27.09		
5	Ловкий. Гибкий. "Волк во рву", "Скакуны".	1	развитие гибкости и ловкости	30. 09-04.10		
6	Весёлая скакалка. "Прыжки челноком".	1	развитие ловкости и внимания	14.10-18.10		
7	Сила нужна каждому. «Очистить свой сад от камней», «	1	развитие выносливости и силы	21.10-25.10		
8	Развитие быстроты. "Бездомный заяц", «Кошки-мышки".	1	развитие быстроты	28.10-01.11		
9	Кто быстрее? "Беги за мной", «Пятнашки»	1	развитие скоростных качеств, выносливости	04.11-08.11		
10	Меткий, точный. "Погоня", "Охотник и утки", « Метко в цель»	1	развитие быстроты, дальности и точности метания мяча	11.11-15.11		
11	Выбираем бег. "День и ночь", "3-ий лишний)".	1	развитие силы и ловкости	25.11-29.11		
12	Выбираем бег. "День и ночь", "Пастух и овцы".	1	развитие скоростных качеств, ловкости	02.12-06.12		
13	Метко в цель. "Охотники и зутки".	1	развитие меткости и координации движений	09.12-13.12		
14	Путешествие по островам. "Вызов по имени".	1	развитие меткости и координации движений	16.12-20.12		
15	Развиваем точность движений. "Гонка мяча по кругу". "Подвижная цель".	1	развитие координации движений	23.12-27.12		
16	Развиваем точность движений. «"Гонка мяча по кругу". Подвижная цель».	1	развитие глазомера и точности движений	06.01-10.01		

17	Горка зовёт. «Быстрый спуск».	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости	13.01-17.01		
18	Зимнее солнышко. "Самый ловкий" Веер»	1	развитие выносливости и ловкости	20.01-24.01		
19	Штурм высоты. «Штурм крепости».	1	развитие выносливости и ловкости	27.01-31.01		
20	Меткий стрелок. "Биатлон".	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости	03.02-07.02		
21	Игры на снегу.« Зимние гонки».	1	развитие выносливости и скоростных качеств	10.02-14.02		
22	Прощай, зима. « Зимние гонки», «Быстрый спуск».	1	развитие ловкости и быстроты	24.02-28.02		
23	Развитие скоростных качеств. "Третий лишний", "Вызов".	1	развитие выносливости, быстроты и реакции	03.03-07.03		
24	Развитие скоростных качеств. "Третий лишний", "Вызов".	1	развитие выносливости, быстроты и реакции	10.03-14.03		
25	Развитие реакции. "Овладей мячом", "Охотники и утки".	1	развитие быстроты, скорости, реакции	17.03-21.03		
26	Держи, лови, бросай. "Быстро и точно", "Мяч среднему".	1	развитие быстроты, ловкости, выносливости	24.03-28.03		
27	Держи, лови, бросай. "Быстро и точно", "Мяч среднему".	1	развитие быстроты, ловкости, выносливости	31.03-04.04		
28	Мир движений и здоровья. "Ящерица". "Защита укрепления".	1	развитие скоростных качеств , ловкости	14.04-18.04		
29	Развиваем точность движений. "Защищай товарища", "Гонка	1	развитие глазомера и точности движений	21.04-25.04		

	мячей по кругу".					
30	Развиваем точность движений. "Защищай товарища", "Гонка мячей по кругу".	1	развитие глазомера и точности движений	28.04-02.05		
31	Развиваем точность движений. "Обгони мяч", "Выбивалки".	1	развитие координации движений	05.05-09.05		
32	Точный, быстрый, ловкий. "Борьба за мяч", "Перестрелка".	1	развитие глазомера и точности движений	12.05-16.05		
33	Точный, быстрый, ловкий. "Эстафета по кругу", "Перестрелка".	1	развитие глазомера и точности движений	19.05-23.05		
34	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными. "Снайперы", "Казачьи разбойники".	1	развитие ловкости и быстроты	26.05-30.05		

#### 4 класс.

#### Тематическое планирование 4 класс.

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Игры-забавы.	4 ч.
2.	Народные игры.	2 ч.
3.	Подвижные игры на свежем воздухе.	10 ч.
4.	Подвижные игры на основе баскетбола.	6 ч.
5.	Подвижные игры на основе волейбола.	6 ч.
6.	Подвижные игры на основе футбола.	3 ч.
7.	Подвижные игры на материале лёгкой атлетики.	3 ч.
	Всего	34 ч.

#### Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Цели занятия	Планируемая дата	Фактическая дата	Примечание
1	Мир движений. "Пустое место", "Белые медведи".	1	формирование знаний о мире движений, их роли	01.09-05.09		

			в сохранении здоровья			
2	Мир движений. «Поезд», "Переправа".	1	формирование правильной осанки и развитие навыков бега	08.09-12.09		
3	Учись быстроте и ловкости. "Пятнашки маршем", "Космонавты".	1	развитие ловкости; воспитание чувства ритма	15.09-19.09		
4	Сила нужна каждому. "Прыжки по полоскам", "Удочка".	1	развитие силы и ловкости	22.09-26.09		
5	Ловкий. Гибкий. "Волк во рву", "Скакуны".	1	развитие гибкости и ловкости	29.09-03.10		
6	Весёлая скакалка. "Прыжки челноком".	1	развитие ловкости и внимания	13.10-17.10		
7	«Алфавит». «Бег за мячом»	1	развитие выносливости и силы	20.10-24.10		
8	«Салки с лентами» «Бой петухов».	1	развитие быстроты	27.10-31.10		
9	Тише едешь, дальше будешь» «Волк во рву»	1	развитие скоростных качеств, выносливости	03.11-07.11		
10	«Гонка тройками» «Горелки»	1	развитие быстроты, дальности и точности метания мяча	10.11-14.11		
11	«Заяц без дома» «Лабиринт»	1	развитие силы и ловкости	24.11-28.11		
12	«Догони свою пару» «Займи домик»	1	развитие скоростных качеств, ловкости	01.12-05.12		
13	«Иголка нитка узелок» «К своим флажкам»	1	развитие меткости и координации движений	08.12-12.12		
14	Эстафета «Уборка картофеля.» «Кто быстрее догонит мяч»	1	развитие меткости и координации движений	15.12-19.12		
15	«Догонялки на марше»	1	развитие координации	22.12-26.12		

	«Мы-весёлые ребята»		движений			
16	«Салки-выручалки» «Пустое место»	1	развитие глазомера и точности движений	05.01-09.01		
17	«Салки дай руку» «Салки с мячом»	1	развитие физических качеств выносливости и ловкости	12.01-16.01		
18	«Солнце светит – дождь идёт» «Третий лишний»	1	развитие выносливости и ловкости	19.01-23.01		
19	«Всё наоборот» «Запрещённое движение»	1	развитие выносливости и ловкости	26.01-30.01		
20	Игра с хлопками. «Смена пар». «Тропинка».	1	развитие выносливости и скоростных качеств	09.02-13.02		
21	Эстафета Передача мяча в колонне». «Поймай и сядь».	1	развитие ловкости и быстроты			
22	«Пятнашки в мяч» «Рыбы, птицы, звери»	1	развитие ловкости и быстроты	23.02-27.02		
23	«Паук и муха» «Перетяни через черту» Эстафета с лазанием и перелазанием»	1	развитие выносливости, быстроты и реакции			
24	«Забегалы» «Пробеги под скакалкой»	1	развитие выносливости, быстроты и реакции	09.03-13.03		
25	Эстафета со скакалкой «Удочка»	1	развитие быстроты, скорости, реакции			
26	«Движущаяся мишень» «Защита крепости»	1	развитие быстроты, ловкости, выносливости	23.03-27.03		
27	«Гонка мячей по кругу» «Не давай мяч водящему»	1	развитие быстроты, ловкости, выносливости	30.03-03.04		
28	«Пионербол» по упрощённым правилам	1	развитие скоростных качеств, ловкости	13.04-17.04		

29	«Салки догонялки» «День и ночь»	1	развитие глазомера и точности движений	20.04-24.04		
30	«Кто обгонит?» «Догонялки на марше»	1	развитие глазомера и точности движений	27.04-01.05		
31	«Часы пробили ровно час»	1	развитие координации движений	04.05-08.05		
32	«Перетягивание через черту».	1	развитие глазомера и точности движений	18.05-22.05		
33	Эстафеты с мячом.	1	развитие ловкости и быстроты	25.05-29.05		
34	Любимые подвижные игры.	1	развитие ловкости и быстроты			

**Методическое обеспечение.**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. М. Просвещение. 2011г.

1. В.К. Шурухина. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение. 1980г.

2. Е.М. Геллер. Игры на переменах для школьников 1-3 кл. М. Физкультура и спорт. 1985г.

3. Е.м. Минский. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 1983г.